

横浜市の保健医療の推進に関する計画

# よこはま保健医療プラン

Y O K O H A M A

【概要版】



平成20年4月

※この計画は神奈川県が定める「神奈川県保健医療計画」の  
地区計画である「横浜地区地域保健医療計画」を兼ねています。

# 「よこはま保健医療プラン」とは

## ●計画の趣旨

横浜市は、これまで以上に市民の健康と生命を守る責任を果たしていくため、本市の保健医療分野を中心とした施策を総合的に体系づけた中期的な指針として「横浜市の保健医療の推進に関する計画（通称：よこはま保健医療プラン）」を策定しました。

平成20年度～24年度にかけて、この計画をもとに横浜市の保健・医療に関する各種施策を推進します。

この計画は、「横浜市中期計画」、「健康横浜21」などの関連する計画との整合性を図ったものです。

また、神奈川県が医療法に基づき定めている「神奈川県保健医療計画」の地区計画である

「横浜地区地域保健医療計画」を兼ねるものです。

## 横浜市の保健医療の目指す姿

### 生涯にわたる市民の主体的な健康づくりへの支援

年齢・性別・国籍や病気・障害の有無にかかわらず、それぞれの価値観に基づいて行う健康づくりを支援します。

### 身近な生活圏域における医療提供体制の充実

市民がより身近な生活圏域の中で、安心して適切な医療を受けられる体制を整備します。

### 患者中心の医療の実現

患者自らが自分の受ける保健サービス、医療を理解・納得して、選択できる環境づくりをすすめます。

### 市民・事業者・行政の役割分担と協力関係の構築

市民・事業者・行政が、各々の役割について理解し協力する関係を目指します。

市民の役割・・・自ら健康づくり・健康管理に取り組むとともに、社会保障制度としての医療提供体制への理解に努め、適切に行動します。

事業者の役割・・・それぞれの職能に課された社会的責任を果たすとともに、医療の公共性を理解し、計画の推進に協力します。

行政の役割・・・医療提供体制を維持するための調整を行い、公平・公正な立場から市民や事業者が活動しやすい環境を整備しながら計画を推進します。

医療は限られた施設や医療従事者に支えられて成り立っている大切な社会資源です。

全ての人があいつでも、病状に応じ適切な医療を受けることができるようにするためには、市民一人ひとりが保健・医療についてよく理解し、適切な行動をとることが必要です。

この計画を参考に、横浜市の保健・医療について、一層理解を深めていただくようお願いいたします。

# 核となる4つの柱

まずは、病気になることが大切

重点  
推進分野

## 1 市民の主体的な健康づくりの推進

健康づくりは、個人の健康観に基づき、一人ひとりが主体的に取り組む課題ですが、個人の力だけでは取組に限界があります。個々人の力とあわせて地域、学校、職場、企業、行政などが、個人の主体的な健康づくりを支援していく必要があります。

効果的で  
効率的な  
医療提供の  
ためには

重点  
推進分野

## 2 がん対策など主要な疾病や事業ごとの連携体制の構築

救急医療や手術等を行う医療機関、リハビリテーションを行う医療機関、療養のための医療機関などが結びついて、それぞれの役割に応じた医療を提供することで、切れ目のない適切な医療を受けられるようにすることが必要です。

けがや急病時の  
安心を確保する  
ためには

重点  
推進分野

## 3 救急医療体制の充実

休日や夜間に救急医療機関を受診する患者の数は、増加傾向が続いています。症状に応じた適切な医療を提供するためには救急医療提供体制の充実を図るとともに、限りある医療資源を大切に利用するよう、市民の理解と協力が必要です。

重点  
推進分野

## 4 在宅および終末期における療養環境の充実

住みなれた場所で  
安心して療養できる  
ようにするためには

自宅で療養したい、または、最期を迎えたいと考える市民がいる中で、医療の継続や医療と介護の連携、家族の負担軽減等への対応が課題となっています。市民が自ら療養する場所を選択できるよう、医療・介護事業者等で支える体制づくりが必要です。



# プランの推進で目指す よこはまの保健・医療

自ら健康づくりに努め、医療の仕組みを理解して  
医療機関を上手に利用しましょう。

重点  
推進分野

## 1 市民の主体的な健康づくりの推進

まずは予防から。健康寿命をのばして元気にいきいき。  
…「健康横浜21」の推進

### ※健康横浜21の重点取組テーマ 「生活習慣病予防の推進」

～一人ひとりの取組による生活習慣の改善～



目標

#### 食習慣の改善

- 1日3食多種多様な食品を食べる市民を増やす。
- 野菜を多く食べる市民を増やす。
- 適正な体重を維持する市民を増やす。

がん、心疾患、脳卒中、糖尿病などの生活習慣病は、個人の生活習慣を改善することで、発症や進行の予防が可能です。一人ひとりが生活習慣を見直して、健康づくりに取り組みましょう。

健康づくりに役立つ情報  
横浜市健康福祉局ホームページ  
「よこはま健康応援団」  
<http://www.city.yokohama.jp/me/kenkou/ouen/>



目標

#### 身体活動・運動の定着

- 運動習慣を持つ市民を増やす。
- 日常的に歩く習慣を持つ市民を増やす。

### 生活習慣病予防



目標

#### 禁煙・分煙の推進

- 喫煙習慣を見直す市民を増やす。
- 受動喫煙を受けない環境を整備する。



※健康増進法に基づく「市町村健康増進計画」として位置づけられる市民の健康づくりの計画。  
計画本文は横浜市健康福祉局「健康横浜21」ホームページで確認できます。

[http://www.city.yokohama.jp/me/kenkou/kenyoko21/kenyoko\\_index.html](http://www.city.yokohama.jp/me/kenkou/kenyoko21/kenyoko_index.html)

## 健(検)診を活用し、早期発見早期治療

### 「特定健康診査・特定保健指導」について

これまで市町村が実施してきた基本健康診査にかわり、平成20年4月から保険者による特定健康診査が始まりました。

これは、より効率的に生活習慣病を予防し、進行を抑制するため、40歳から74歳の方を対象に、メタボリックシンドロームに着目した健診を行うものです。

### がん検診について

肺がん・胃がん・大腸がん・子宮がん・乳がんなどについては、保険者が一定の年齢に達した方に検診を実施しています。

横浜市では、職場等で検診の機会がない方を対象に、検診を実施しています。

### 内臓脂肪症候群 (メタボリックシンドローム)?

#### メタボリックシンドローム

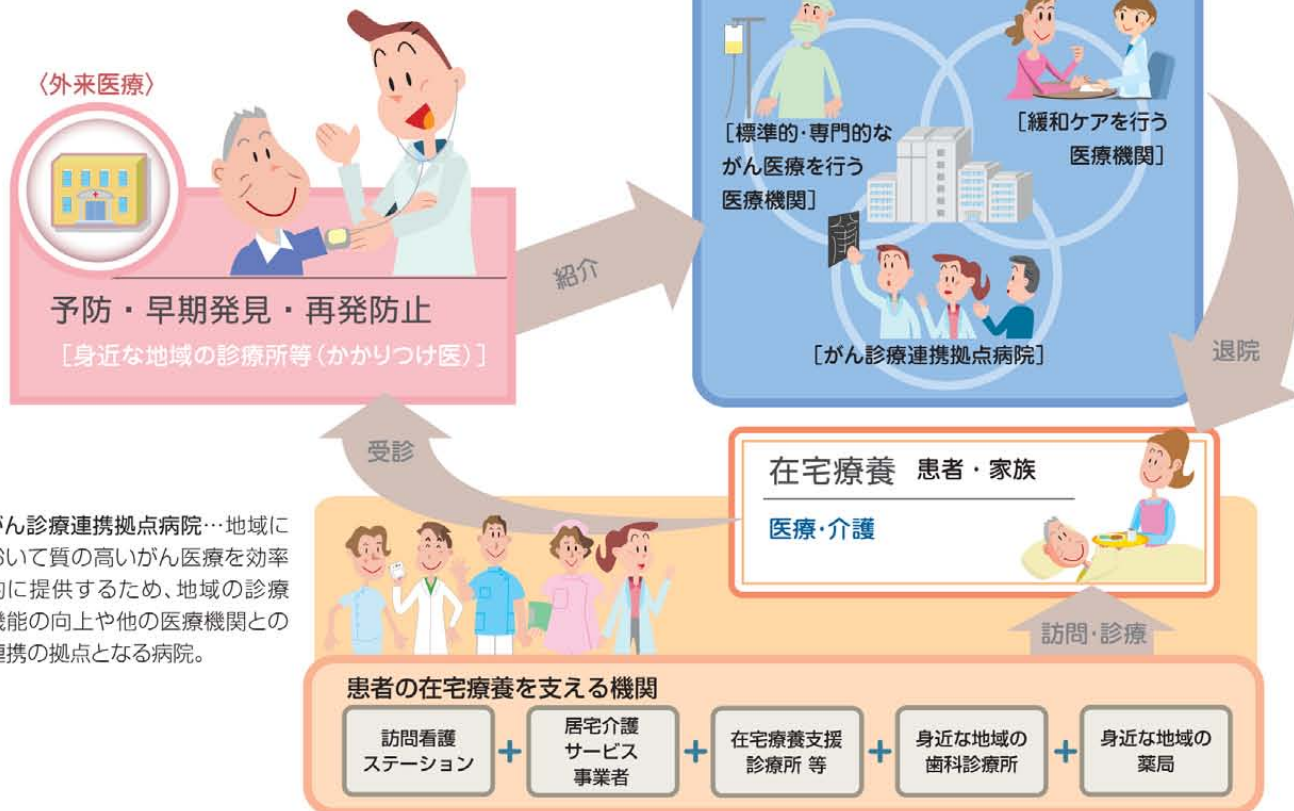
内臓脂肪症候群に加えて、生活習慣病の危険因子(高血糖・高血圧・脂質異常など)が重なった状態のこと。危険因子が重なるほど心臓病や脳卒中、糖尿病の合併症を発症する可能性が高くなります。

健(検)診を上手に活用して健康づくりに役立てましょう。

(特定健診やがん検診については、加入している健康保険組合等(保険者)にお問い合わせ下さい。)

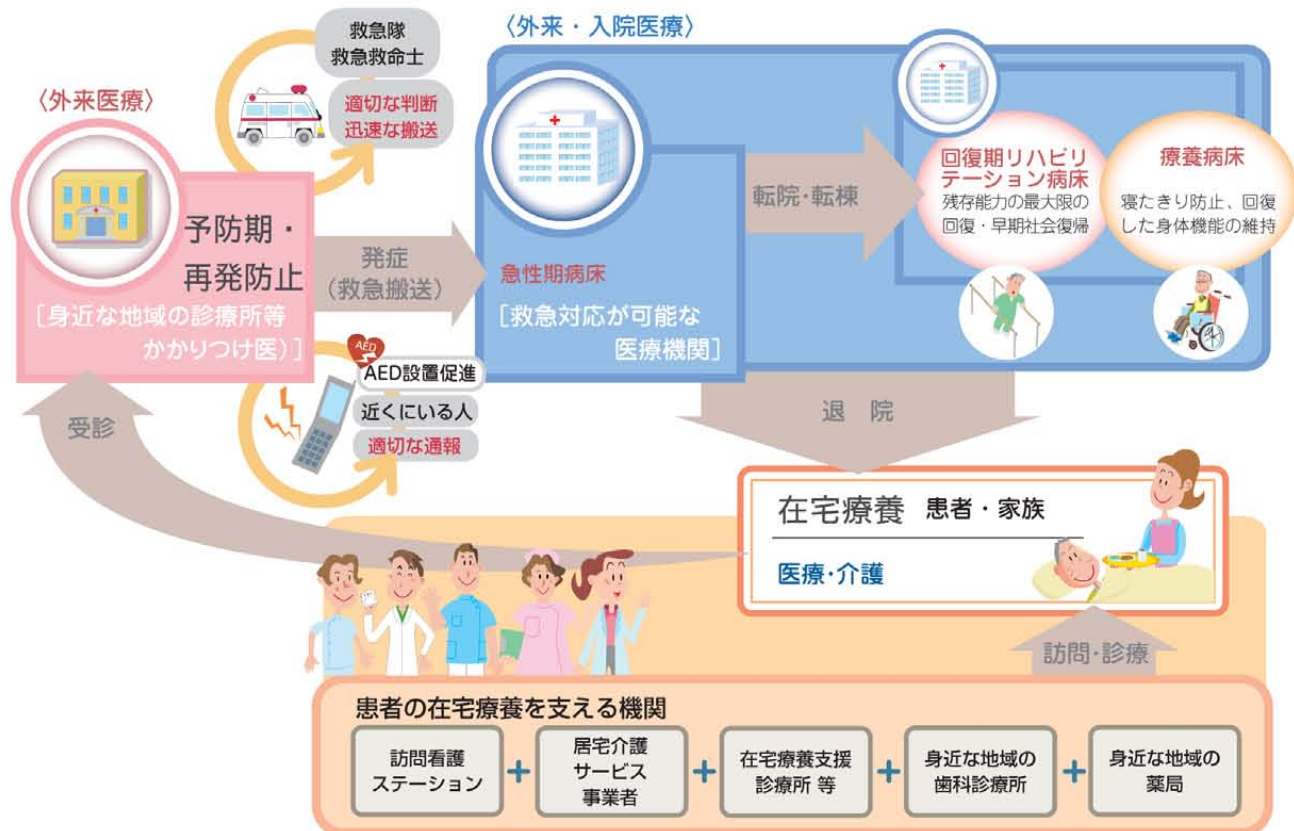
## がんに関する医療連携体制

がん診療を行う医療機関は、がんの発生部位、治療の内容、病気の進行状況などに応じ機能分担・連携して医療を提供します。



## 脳卒中・急性心疾患に関する医療連携体制

脳卒中・急性心疾患は予防、発症直後の治療、その後の身体機能回復及び維持のためのリハビリテーション、再発防止など、病状や時間的経過に応じ機能分担・連携して医療を提供します。



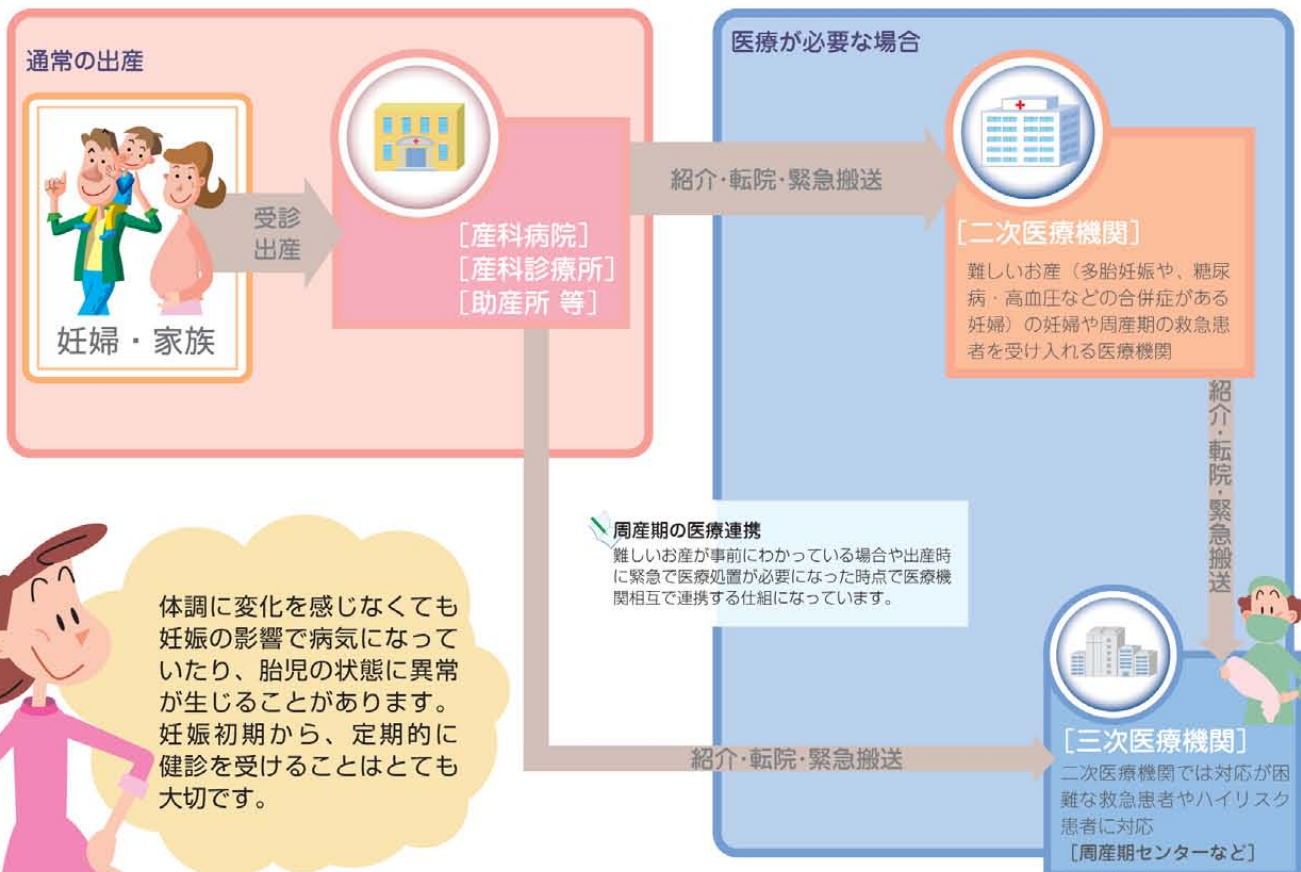
## 小児救急医療に関する医療連携体制

夜間や休日の救急医療機関に軽症患者が集中するのを防ぐため受診等に関する相談・支援を推進し、症状に応じて対応できる体制を確保します。



## 周産期に関する医療連携体制

診療所と二次医療機関の連携支援や、女性医師の就労支援、助産師の活用などにより、通常出産における「産む場所」の確保に積極的に取り組んでいます。



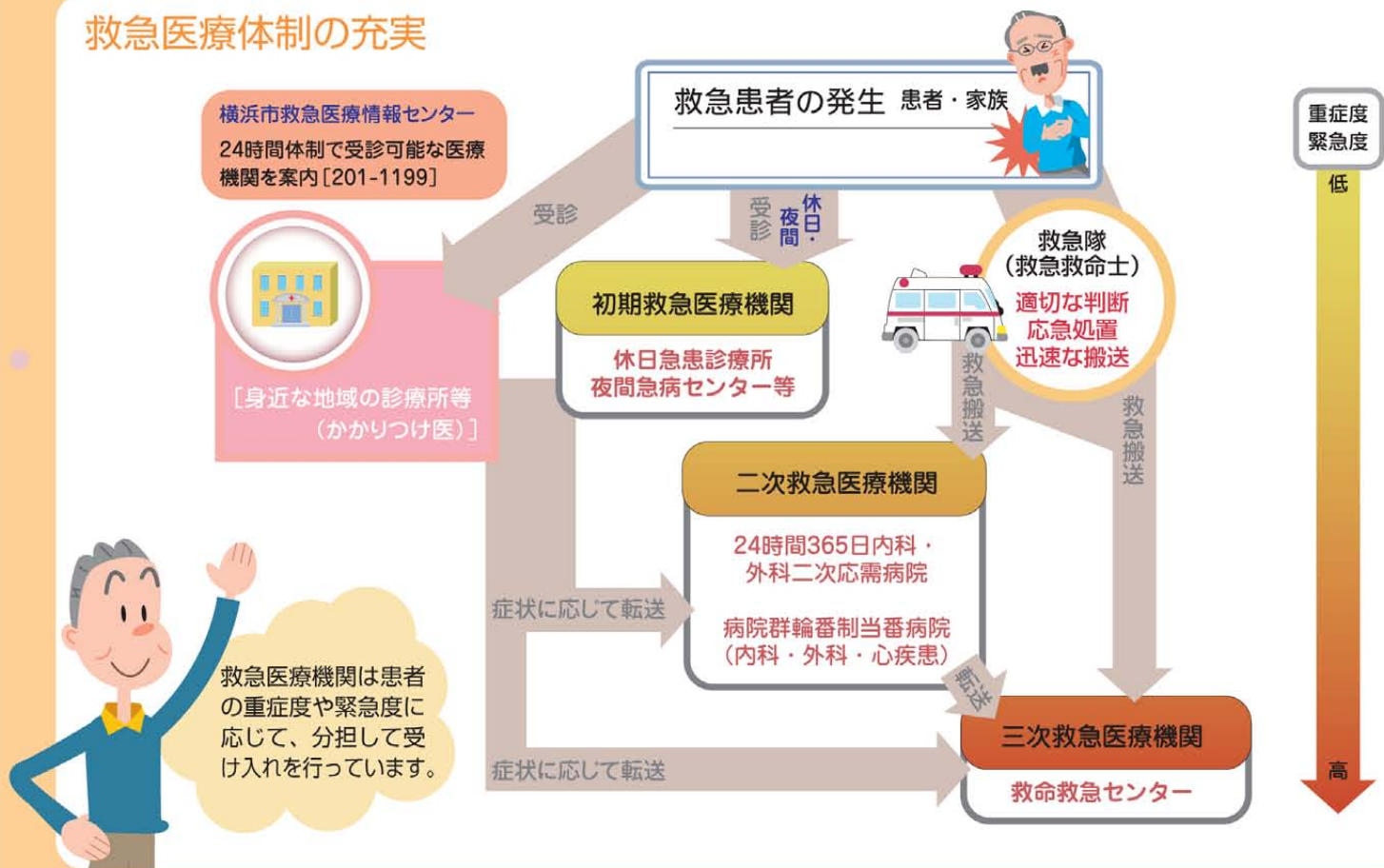
体調に変化を感じなくても妊娠の影響で病気になっていたり、胎児の状態に異常が生じることがあります。妊娠初期から、定期的に健診を受けることはとても大切です。

# 3

## 救急医療体制の充実

重症度等に応じた医療機能の分担を基本として、救急医療の充実を図ります。

### 救急医療体制の充実



上手な救急車の利用法については、安全管理局リーフレット「119番ガイドブック」をご覧ください。

P.8参照

# 4

## 在宅および終末期における療養環境の充実

症状が安定したら、自宅等で療養できる体制づくりを進めます。

### 在宅における療養の充実

症状が落ち着いたら、できるだけ住みなれた場所で療養したいと希望する方も多く、終末期を含む在宅療養に関する市民の選択の幅を広げます。

- 在宅療養についての相談がある場合
- 受診中の医療機関の相談員(ソーシャルワーカー等)
  - 身近な地域の診療所(かかりつけ医)
  - 地域ケアプラザの相談窓口などでご相談ください。

#### 医療と介護サービスの連携

#### 在宅に取り組む医療機関

在宅療養支援診療所等の医療機関  
歯科診療所 など

#### 介護系サービス

訪問看護ステーション  
居宅介護サービス事業者 など



よこはま保健医療プランに関する詳しい内容は「横浜の医療」ウェブサイトで!

計画にはこの他、医療安全や医療の質の充実、母子保健・障害者医療等の施策の推進、感染症・難病等の保健医療施策の推進、生活衛生・食品衛生対策等についても記載しています。

詳細をご覧になりたいときは、横浜市健康福祉局「横浜の医療」ホームページでご確認ください。

なお、横浜の医療ホームページでは、医療機関の検索や、医療に関する各種の情報をご覧いただくこともできます。

<http://www.city.yokohama.jp/me/kenkou/iryo-seisaku/iryo-seisakutop/top.html>

## 横浜市医療安全相談窓口

【こんな時にご相談ください】

- 医療に関して、どこへ相談したらいいのかわからない。
- 引っ越して間もないので、自宅付近の医療機関を教えてください。
- 主治医以外の先生の話も聴きたいが、どう切り出してよいかかわからない。

月曜日から金曜日  
(祝日・年末年始の休庁日を除く)  
午前8時45分～午後5時15分

TEL 671-3500

## 横浜市救急医療情報センター

横浜市救急医療情報センターでは、夜間や休日のケガや急病時などに受診可能な市内の医療機関をご案内しています。

24時間・365日受付 いいきゅうきゅう

TEL 201-1199

FAX 212-3808

## 横浜市小児救急電話相談



いいナース  
201-1174

●急な病気などでお困りの時に、適切な対応方法などを看護師がアドバイスします。

- 平 日/18:00～24:00 ●土曜日/13:00～24:00
  - 日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)/9:00～24:00
- 電話が繋がりにくい時は、かながわ小児救急ダイヤルもご利用ください。  
(TEL: #8000 又は045-722-8000 毎日/18:00～22:00)

## 小児救急のかかり方 ハンドブック

監修：横浜市小児科医会

お子さんの急病時等に、症状に応じて適切な対処方法がとれるよう参考となる情報を掲載しています。

☆掲載内容の例

**発熱** すぐに受診が必要な場合

- ・生後3ヶ月未満で38℃以上
  - ・40℃以上
  - ・熱のほか、激しい嘔吐や、眼や唇が赤くなる、体に赤い発疹があるなどの症状がある場合
- 特に熱以外の症状が無く、水分も良く取れているようなら、容態の変化に注意しながら一晩様子を見て、翌日かかりつけ医を受診しましょう。



詳しい内容は「横浜の医療」ホームページで、ご案内しています。



～医療を学ぶ～

## 医療情報コーナー

(横浜市中央図書館 4F) 横浜市西区老松町1  
TEL: 262-0050

医療情報コーナーでは、

▼ 入門書から専門書まで  
約900冊をセレクト

▼ ささまざまなナビを使い  
約2万冊の資料にアクセス

▼ 患者会、医療関連講座  
などの情報も入手可能



医療情報コーナー

## 119番ガイドブック

～上手な救急車の呼び方～

救急車を呼ぶときのポイントや、すぐに救急通報すべき危険な症状についてなど、上手な救急車の利用法等について掲載しています。

詳しくは安全管理局ウェブサイトをご覧ください。

[http://www.city.yokohama.jp/me/anken/pamphlet/pamph\\_pdf/allpage.pdf](http://www.city.yokohama.jp/me/anken/pamphlet/pamph_pdf/allpage.pdf)

